

意欲・思いやり・個性を磨く

成長期に必要なスイミングの指導・環境

スイミングスクールは「水泳を習う場所」と思っていますか？ 確かに水泳が上達する場所です。泳げない子は水に慣れ、やがて泳げるようになり、得意種目ができてくると選手コースに進む子供達はたくさんいます。選手コースに進むと、まず目標にするのは地域の競技会出場、全国大会「ジュニアオリンピックカップ」です。しかし、スイミングスクールは表現こそ様々ですが「水泳を通じた人間教育」を掲げ、運動を通してカラダと心の成長を応援しています。

子供達が巻き込まれる事件が多発しています。幼い子が分別のつかない大人に命を奪われが車道を飛び出して襲い掛かる。理不尽な出来事は枚挙に暇いとまがありません。他人と心を通じ合えない若者が増えているのです。そんな事件が多発すると、「人と接する事が苦手な人間が増えてほしくない」と願わずにいられません。



(全国ジュニアオリンピックカップより)

同時に、子供達にマナー・ルールを教えるようにも、肝心の大人社会が模範を示していないことはたくさんあります。携帯マナー、交通マナー

さらに、現代の子供達の生活環境を考えてみると、少子化が進み、テレビゲームの普及で一人遊びが定着してしまつたようです。近所に友だちが少なくなつてしまつたために、あるいは習い事などのスケジュールに追われ、仲間と遊ぶ時間さえ取れない。

運動不足、外遊びの不足、さらには偏食や欠食、睡眠不足といった問題が出てきています。子供達の生活環境としては、決して好ましい状態ではないと多くの専門家が指摘しています。心とカラダの健全な発育発達のために過ごす時期に、カラダを動かす時間が削られ、友だちと一緒に過ごす時間を削られる現代の子。ストレスも溜まる一方で、その結果、問題点が出てきます。カラダや心の偏重に陥まれます。やせ過ぎや肥満、場合によっては生活習慣病に苦し

み、活動意欲が低下するので、運動不足によって睡眠不足を招き、それが欠食・偏食を誘導し、心身の健康状態の悪化を招く。気力の低下が現われてきます。気力・意欲が低下すると、益々運動不足となつてしまふ。これが「子供の生活習慣の悪循環」と言われる構図です。

「発育期(幼児期)には水泳が運動としてはベストです」と専門家は言います。その理由は、「骨への負担が少なく、全身を動かすためにバランスのよい発達を促すから」です。同じ年齢の子供達がたくさんいる環境、家庭ではなかなか教えられない集団生活でのマナーやルールが覚えられる、水の事故から自分の命を守るための対処法を身につけながら水泳上達が図られる。子供達が身につけてほしいと皆さんのことが、自然に身につく環境なのです。グループ指導によって、社会的や協調性が育まれることも優れた点です。どのご家庭でも「挨拶」「整理整頓」を教え

ます。ところが少子化が進んだ現代は、「譲り合う」「我慢をする」という環境が薄れています。大人社会の規範意識の低下や、人間関係の希薄さが招いた結果かもしれません。しかし、失つてほしくないのは他人を思いやる心、他人と協調できる言葉づかいや立ち居振る舞いでしょう。



この環境のある場所がスイミングです。そのためにそれぞれの年齢に合わせたカリキュラムを組んで、子供たちを育むことに力を入れているのです。グループ指導のスイミングでは「教えたこと」を「身につけてほしいこと」はたくさんあります。お子様の無限の可能性をスイミングで育み、元気で何事にも積極的に、明るく、しかも誰とも仲良くになれるように頑張ってみませんか！ 「一番の友だちはテレビ」などということのないように、スイミングで健やかな生活サイクルを築きましょう!!